

Сводное типовое меню

Список рационов: Сад 3-7 лет, Ясли 1,5-3 лет



Неделя: 1. День 1

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Каша пшеничная молочная жидкая	200	Каша пшеничная молочная жидкая 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Бутерброд с повидлом	30	Бутерброд с повидлом	30
Завтрак2		Напиток витаминизированный Валетек Плюс	100		
Обед		Борщ с капустой и картофелем	200	Борщ с капустой и картофелем 1	150
Обед		Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	60	Плов из отварной птицы 1	150
Обед		Плов из отварной птицы	200	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	30
Обед		Компот из свежемороженой ягод 1	200	Компот из свежемороженой ягод 1-1	150
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Омлет натуральный	100	Омлет натуральный	100
Полдник		Пряник	40	Какао 1	150
Полдник		Какао	200	Пряник	25

Неделя: 1. День 2

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая 5 злаков	200	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая 5 злаков 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Бутерброд с джемом	30	Бутерброд с джемом	30
Обед		Солянка из птицы	200	Солянка из птицы 1	150
Обед		Пюре картофельное	150	Пюре картофельное 1	150
Обед		Котлеты рыбные любительские	70	Котлеты рыбные любительские 1	50
Обед		Напиток из шиповника	200	Напиток из шиповника 1	200
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Биточки манные	100	Биточки манные 1	80
Полдник		Сгущенное молоко	20	Сгущенное молоко	20
Полдник		Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток с молоком 1	150

Неделя: 1. День 3

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Суп молочный с макаронными изделиями	200	Суп молочный с макаронными изделиями 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Бутерброд с маслом	30	Бутерброд с маслом	30
Обед		Суп пюре с гречками гороховый	200	Суп пюре с гречками гороховый 1	150
Обед		Греча отварная рассыпчатая	130	Греча отварная рассыпчатая 1	120
Обед		Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	60	Курица в соусе с томатом 1	90
Обед		Курица в соусе с томатом.	100	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом 1	30
Обед		Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из смеси сухофруктов 1	150
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Салат картофельный с огурцами солеными	100	Каша манная 1	150
Полдник		Булочка ванильная	60	Булочка ванильная 1	30
Полдник		Кисель витаминизированный	200	Кисель витаминизированный 1	150

Неделя: 1. День 4

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Каша рисовая молочная жидкая	200	Каша рисовая молочная жидкая 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Бутерброд с повидлом	30	Бутерброд с повидлом	30
Обед		Щи из свежий капусты с картофелем	200	Щи из свежий капусты с картофелем 1	150
Обед		Рагу из птицы	180	Рагу из птицы 1	150

Обед		Компот из свежемороженных ягод 1	200	Компот из свежемороженных ягод 1-1	150
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Ватрушка с творогом 1	30	Ватрушка с творогом 1	30
Полдник		Какао	200	Какао 1	150
Полдник	Прочие	Каша ячневая вязкая 1	150	Каша ячневая вязкая 1	150

Неделя: 1. День 5

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Каша манная	200	Каша манная 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Батон	15	Батон	15
Завтрак2		Напиток витаминизированный Валетек Плюс	100		
Обед		Суп с клецками на курином бульоне	200	Суп с клецками на курином бульоне 1	150
Обед		Горошница	130	Горошница 1	100
Обед		Котлеты куриные	60	Котлеты куриные 1	50
Обед		Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из смеси сухофруктов 1	150
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Макароны отварные	130	Макароны отварные 1	110
Полдник		йогурт питьевой	170	йогурт питьевой 1	150
Полдник		Печенье	20	Печенье	20

Неделя: 2. День 1

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Каша "Дружба"	200	Каша "Дружба" 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Бутерброд с джемом	30
Завтрак1		Бутерброд с джемом	30	Чай с сахаром 1	150
Обед		Рассольник со сметаной	200	Рассольник со сметаной 1	150
Обед		Макароны отварные	130	Макароны отварные 1	110
Обед		Курица в соусе с томатом.	99	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	60
Обед		Компот из смеси сухофруктов	200	Курица в соусе с томатом 1	90
Обед		Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	60	Компот из смеси сухофруктов 1	150
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Пюре картофельное	150	Пюре картофельное 1	150
Полдник		Вафли	24	Вафли	24
Полдник		Кисель витаминизированный	200	Кисель витаминизированный 1	150

Неделя: 2. День 2

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Бутерброд с повидлом	30	Бутерброд с повидлом	30
Завтрак1	Прочие	Каша ячневая вязкая	200	Каша ячневая вязкая 1	150
Завтрак2		Напиток витаминизированный Валетек Плюс	100		
Обед		Суп пюре картофельный с гренками	200	Суп пюре картофельный с гренками 1	150
Обед		Капуста тушеная	150	Капуста тушеная	150
Обед		Суфле из кур с рисом	80	Суфле из кур с рисом 1	70
Обед		Компот из свежемороженных ягод 1	200	Компот из свежемороженных ягод 1-1	150
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Яйцо вареное вкрутую	40	Омлет натуральный	70
Полдник		Шанежка с картофелем	60	Кофейный напиток с молоком 1	150
Полдник		Кофейный напиток с молоком	200	Шанежка с картофелем 1	40

Неделя: 2. День 3

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Суп молочный с макаронными изделиями	200	Суп молочный с макаронными изделиями 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Бутерброд с маслом	30	Бутерброд с маслом	30
Обед		Суп картофельный с пшеном со сметаной	200	Суп картофельный с пшеном со сметаной 1	150
Обед		Пюре картофельное	150	Пюре картофельное 1	120
Обед		Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	60	Фрикадельки куриные 1	60

Обед		Фрикадельки куриные	70	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом 1	30
Обед		Хлеб ржаной	40	Компот из смеси сухофруктов 1	150
Обед		Компот из смеси сухофруктов	200	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Биточки манные	100	Биточки манные 1	80
Полдник		Сгущенное молоко	20	Сгущенное молоко	20
Полдник		Какао	200	Какао 1	150

Неделя: 2. День 4

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая 5 злаков	200	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая 5 злаков 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Бутерброд с джемом	30	Бутерброд с джемом	30
Обед		Свекольник	200	Свекольник 1	150
Обед		Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	60	Рис отварной 1	100
Обед		Рис отварной.	130	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	30
Обед		Рыба тушеная	60	Рыба тушеная 1	70
Обед		Компот из свежемороженных ягод 1	200	Компот из свежемороженных ягод 1-1	150
Обед		Соус сметанный натуральный	20	Соус сметанный натуральный	20
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Ватрушка с творогом	60	Ватрушка с творогом 1	40
Полдник		Кофейный напиток с молоком	200	Какао 1	150

Неделя: 2. День 5

Прием пищи	Вид блюда	Сад 3-7 лет		Ясли 1,5-3 лет	
		Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
Завтрак1		Каша манная	200	Каша манная 1	150
Завтрак1		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром 1	150
Завтрак1		Батон	15	Батон 1	12
Завтрак2		Напиток витаминизированный Валетек Плюс	100		
Обед		Суп с макаронными изделиями	200	Суп с макаронными изделиями 1	150
Обед		Горошница	130	Горошница 1	100
Обед		Котлеты куриные	60	Котлеты куриные 1	50
Обед		Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из смеси сухофруктов 1	150
Обед		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной 1	30
Полдник		Винегрет овощной	100	Каша пшенная молочная жидкая 1	150
Полдник		Булочка домашняя	60	Булочка домашняя 1	30
Полдник		Какао	200	Какао 1	150